

STRES AKULTURATIF PADA MAHASISWA INTERNASIONAL DI UNIVERSITAS AIRLANGGA SURABAYA

ACCULTURATIVE STRESS IN INTERNATIONAL STUDENTS IN AIRLANGGA UNIVERSITY SURABAYA

Dulce Elda Ximenes Dos Reis¹, Suryanto²

Program Magister Psikologi Fakultas Psikologi Universitas Airlangga Surabaya
dulce.elda.ximenes-2019@psikologi.unair.ac.id¹, suryanto@psikologi.unair.ac.id²

Abstrak

Stres akulturatif adalah suatu respons individu terhadap peristiwa - peristiwa dalam kehidupan yang berasal dari pertemuan antar budaya (Berry, dkk. 2002). Tujuan dari penelitian ini untuk mengidentifikasi masalah stres akulturatif dan cara mengatasi masalah stres akulturatif. Metode penelitian yang digunakan pada penelitian ini pendekatan kualitatif deskriptif dengan teknik pengumpulan data dengan wawancara mendalam (*in-depth-interview*). Sampel dalam penelitian ini yaitu empat orang mahasiswa internasional di Universitas Airlangga dari beasiswa Kemitraan Negara Berkembang dan *Airlangga Development Scholarship* yang sedang mengikuti studi pascasarjana dipilih menggunakan teknik purposive sampling. Data yang diperoleh dianalisa menggunakan analisis tematik, kemudian di lakukan *member checking* untuk menguji kredibilitas data. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa mahasiswa internasional tersebut, tiga diantaranya merasakan adanya perbedaan budayan seperti bahasa, pendidikan, makanan, cuaca dan tempat tinggal. Masalah lain sistem pembelajaran, penggunaan bahasa yang dikombinasi dengan bahasa jawa ini membuat mereka susah untuk dipahami. Masalah pribadi rindu dengan keluarga mereka. Solusi untuk mengatasi stres akulturatif yaitu mereka mengungkapkan bahwa saat mereka merindukan keluarga dan anak-anaknya mereka harus telepon atau *video call*. Partisipan juga mencari kos yang ada dapurnya sehingga mereka memasak berdasarkan kebutuhan fisiologis (makan dan minum). Mereka berusaha beradaptasi terhadap bahasa Indonesia dan sistem pendidikan yang berlaku. Penelitian ini sebagai sumber informasi tentang stres akulturatif pada mahasiswa internasional yang akan datang.

Kata Kunci : Stres Akulturatif, Mahasiswa Internasional

Abstract

Acculturative stress is an individual's response to life events that originate from intercultural encounters (Berry et al. 2002). The purpose of this study is to identify the problem of acculturative stress and how to overcome the problem of acculturative stress. The research method used in this study is a descriptive qualitative approach to data collection techniques with in-depth interviews. The sample in this study were four international students at Airlangga University from the Developing Countries Partnership scholarship and the Airlangga Development Scholarship who were attending postgraduate studies were selected using a purposive sampling technique. The data obtained were analyzed using thematic analysis, then member checking was performed to test the data reliability. The results of this study indicate that international students, three of them feel the existence of cultural differences such as language, education, food, weather, and residence. Another problem is the learning system, the use of language combined with Javanese makes it difficult for them to understand. Personal problems miss with their family. The solution to overcoming cultural stress is that they reveal that when they miss their family and children they must call or video call. Participants also looked for boarding houses in the kitchen so that they cook based on physiological needs (eating and drinking). They tried to adapt to the Indonesian language and the prevailing education system. This research is a source of information about acculturative stress on future international students.

Keywords: Acculturation stress, international students

PENDAHULUAN

Universitas Airlangga atau yang kerap disebut dengan UNAIR merupakan salah satu perguruan tinggi negeri yang terkenal di Surabaya Jawa Timur Indonesia. Setiap tahunnya Universitas Airlangga menerima mahasiswa internasional dari negara Asia, Eropa dan Afrika. Mahasiswa masuk dari berbagai jalur seperti Airlangga Development Scholarship (ADS), program Amerta, Beasiswa Kemitraan Negara Berkembang (KNB), Dharmasiswa, dan program regular. Mahasiswa nantinya akan mengikuti kuliah dengan program bergelar dan non gelar. Program bergelar dari beasiswa Kemitraan Negara Berkembang dan Airlangga *Development Scholarship* yang diperuntukkan bagi mahasiswa S2 dan S3, sedangkan program non gelar yang berasal dari program Dharmasiswa dan program Amerta diperuntukkan bagi mahasiswa yang belajar bahasa Indonesia saja.

Mahasiswa internasional akan dihadapkan pada perbedaan budaya antara negara asal dan Negara di mana tempat mahasiswa menimba ilmu. Mahasiswa dituntut untuk melakukan penyesuaian budaya terutama dalam hal bahasa yang akan digunakan untuk berkomunikasi. Tuntutan ini mengakibatkan mahasiswa merasa kesulitan sehingga tidak mampu melakukan penyesuaian dengan tempat tinggalnya. Ketidak mampuan ini menimbulkan perasaan sedih yang terkadang berujung pada stres yang dialami oleh mahasiswa.

Stres adalah reaksi tubuh yang muncul saat seseorang menghadapi ancaman, tekanan, atau suatu perubahan. Stres juga dapat terjadi karena situasi atau pikiran yang membuat seseorang merasa putus asa, gugup, marah, atau bersemangat. Situasi tersebut akan memicu respon tubuh, baik secara fisik ataupun mental. Lazarus dan Folkman (1984) stres adalah suatu kondisi atau perasaan yang dialami ketika seseorang menganggap bahwa tuntutan-tuntutan melebihi sumber daya sosial dan personal yang mampu dikerahkan seseorang. Individu menganggap dirinya tidak mampu menangani tuntutan tuntutan yang dibebankan kepadanya, stres yang dirasakan akan lebih besar.

Akulturasinya adalah pencampuran kebudayaan merupakan pedoman kata dari istilah bahasa Inggris *acculturation*. Percampuran merupakan suatu perubahan besar dari suatu kebudayaan sebagai akibat adanya pengaruh dari kebudayaan asing. Menurut Koentjaraningrat, pencampuran menyangkut konsep mengenai proses sosial yang timbul jika sekelompok manusia dengan suatu kebudayaan tertentu dihadapkan pada unsur-unsur kebudayaan asing. Akibatnya, unsur-unsur asing lambat laun diterima dan diolah ke dalam kebudayaan sendiri tanpa menyebabkan hilangnya kepribadian kebudayaan asli. Berry dkk., (1987) mengatakan bahwa akulturasi adalah pencampuran kebudayaan merupakan pedoman kata dari istilah bahasa Inggris *acculturation*. Percampuran merupakan suatu perubahan besar dari suatu kebudayaan sebagai akibat adanya pengaruh dari kebudayaan asing. Akulturasi mengacu pada perubahan yang terjadi dalam identitas, nilai, perilaku, dan sikap-sikap melalui kontak dengan kultur yang lain.

Berdasarkan dua tokoh di atas menyimpulkan bahwa stres akulturatif merupakan konsekuensi dari proses akulturasi, tetapi kemungkinan terjadinya dapat berkurang secara signifikan jika partisipasi dalam masyarakat dan pertahanan kultur yang diwariskan didukung oleh kebijakan dan praktik di dalam masyarakat. Stres akulturasi juga diketahui berdampak pada tingkat personal, beberapa diantaranya adalah menurunnya kesehatan (fisik, sosial, dan psikologis), menurunnya tingkat motivasi, perasaan terasing, dan meningkatnya penyimpangan sosial. Individu yang mengalami stres akulturasi akan menunjukkan gejala mudah marah, kecemasan, merasa diri sendiri lemah dan tidak semangat untuk melakukan sesuatu di antara teman – teman atau di sekitar lingkungan, karena stres sebagai respons individu terhadap keadaan-keadaan dan peristiwa-peristiwa (disebut stresor) yang mengancam individu dan mengurangi kemampuan individu dalam mengatasi segala bentuk stresor (Santrock, 2002).

Dampak stres akulturasi dilihat dari segi latar belakang budaya termasuk dalam cara berkomunikasi yang berbeda dengan bahasa mereka yang telah tertanam secara baik serta pribadi individu kemudian diharuskan memasuki suatu lingkungan yang baru dengan latar belakang budaya yang tentunya sangat berbeda sehingga membuat mereka menjadi orang asing di lingkungan tersebut, pada kondisi seperti itu, akan terjadi *culture shock*. *Culture shock* mengacu pada keadaan stres dan ketegangan saat dihadapkan pada situasi yang

berbeda dari sebelumnya, seperti perbedaan cara bahasa, gaya berpakaian, makanan dan kebiasaan makan, relasi interpersonal, kondisi cuaca, waktu belajar, makan dan tidur, tingkah laku pria dan wanita, peraturan, sistem politik, perkembangan perekonomian, sistem pendidikan dan pengajaran, sistem terhadap kebersihan, pengaturan keuangan, maupun transportasi umum. Salah satu faktor yang menyebabkan stres akulturatif pada mahasiswa asing adalah adanya perubahan perilaku sosial baru, kultur baru, dan reaksi psikologis yang dialami oleh seseorang karena dituntut untuk menyesuaikan diri di lingkungan sosial maka dapat menimbulkan culture shock yang merupakan dampak dari proses akulturasi psikologis (Fathonah, 2017).

Hambatan Proses dasar akulturatif adalah komunikasi, akulturasi terjadi melalui identifikasi karena orang pribumi memperoleh pola-pola budaya lewat komunikasi begitu sebaliknya pada seorang imigran mendapatkan lewat komunikasi dalam banyak kasus, bahasa asli imigran sangat berbeda dengan bahasa asli masyarakat pribumi. Masalah-masalah komunikasi meliputi masalah komunikasi nonverbal, seperti perbedaan-perbedaan dalam penggunaan dan pengaturan ruang, jarak antarpribadi, ekspresi wajah, gerak mata, gerak tubuh lainnya, dan persepsi tentang penting tidaknya perilaku non verbal.

Hambatan-hambatan komunikasi antar budaya Devito menyebutkan bahwa, Hukum Murphy (jika sesuatu bisa salah, dia akan salah) terutama berlaku untuk komunikasi antar-budaya. Beberapa penghambat komunikasi antar-budaya yang menunjukkan sifat, antara lain: Mengabaikan perbedaan antara individu dan kelompok yang secara kultural berbeda. Ini terjadi dalam hal nilai, sikap dan kepercayaan. Individu dengan mudah mengakui dan menerima perbedaan gaya rambut, cara berpakaian, dan makanan. Tetapi dalam hal nilai-nilai dan kepercayaan dasar, menganggap bahwa pada dasarnya manusia itu sama itu tidak benar. Bila mengasumsikan kesamaan dan mengabaikan perbedaan secara implisit mengkomunikasikan kepada lawan bicara bahwa dia yang benar dan cara orang lain tidak penting. Mengabaikan perbedaan antara kelompok kultural yang berbeda. Melanggar adat kebiasaan kultural. Menurut Devito, setiap kultur itu mempunyai aturan komunikasi sendiri-sendiri. Aturan ini menetapkan mana yang patut dan mana yang tidak patut. Menilai perbedaan secara negatif. Joseph Devito menyebutkan bahwa adanya perbedaan di antara kultur-kultur tidak boleh menilai perbedaan itu sebagai hal yang negatif. Kejutan budaya. Kejutan budaya mengacu pada reaksi psikologis yang dialami seseorang karena di tengah suatu kultur yang sangat berbeda dengan kulturnya sendiri. Jadi ciri terpenting yang menandai komunikasi antar budaya adalah antara sumber dan penerimanya berasal dari budaya yang berbeda. Perbedaan dari kultur-kultur orang yang berkomunikasi ini juga menyangkut kepercayaan, nilai, serta cara berperilaku kultural dikalangan mereka.

Berdasarkan uraian di atas dapat disimpulkan bahwa, hambatan akulturasi yaitu komunikasi.

Komunikasi merupakan hal terpenting dalam melakukan interaksi antar individu ketika mereka diharuskan menempati lingkungan baru. Penghambat komunikasi antar-budaya yang menunjukkan sifat antara lain: mengabaikan perbedaan antara individu dan kelompok yang secara kultural berbeda, mengabaikan perbedaan antara kelompok kultural yang berbeda, melanggar adat kebiasaan kultural, menilai perbedaan secara negatif dan kejutan budaya.

Faktor yang menyebabkan muncul masalah stres akulturatif pada mahasiswa internasional adalah bahasa, makanan dan perilaku sosial baru. Berhubungan dengan strategi yang digunakan yaitu tahap proses akulturasi, sikap kelompok dominan atau kelompok yang lebih besar terhadap kelompok minoritas atau kelompok pendatang. Sedangkan (Berry dkk, 1992 : 284). faktor budaya dan psikologis dalam akulturasi akan mempengaruhi kesehatan mental individu. Faktor-faktor tersebut antara lain: modus akulturasi (integrasi, asimilasi, separasi, dan marjinalisasi), fase akulturasi (kontak, konflik, krisis, adaptasi), jenis kelamin, usia, status, dan dukungan sosial.

Peneliti melakukan wawancara singkat dengan mahasiswa internasional di Universitas Airlangga. Salah satu subjek mengungkapkan bahwa pertama kali datang ke Surabaya merasa terkejut dan kecewa dengan perbedaan budaya seperti bahasa, kesulitan dalam berbahasa jawa mereka tidak mengerti apa yang diucapkan atau dibicarakan oleh ibu kos atau teman sekolah jadi ini membuat mereka kesulitan untuk berinteraksi dengan lingkungan sekitar. Masalah lainnya juga terkait makanan, cuaca, tempat tinggal dan rindu dengan keluarganya.

Permasalahan-permasalahan tersebut kadang membuat mereka sedih dan stres, konsekuensi yang harus diterima ketika akulturasi yang dilakukan gagal adalah stres akulturatif.

Berdasarkan uraian di atas, maka perumusan masalah pada penelitian ini adalah "Baigaimana stres akulturatif dan cara mengatasi masalah stres akulturatif pada mahasiswa internasional dari beasiswa Kemitraan Negara Berkembang dan Airlangga Development Scholarship yang sedang mengikuti studi pascasarjana di Universitas Airlangga?" Adapun tujuan dari penelitian ini untuk mengidentifikasi masalah stres akulturatif dan cara mengatasi masalah akulturatif.

METODE PENELITIAN

Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah pendekatan kualitatif deskriptif dengan model studi kasus. Menurut Creswell (1988), studi kasus merupakan penelitian yang mengeksplorasi suatu sistem yang terikat atau sebuah kasus (atau bisa jadi beberapa kasus) yang terjadi selama kurun waktu tertentu melalui pengumpulan data yang mendalam dan terperinci dari berbagai sumber informasi yang dapat dipercaya kebenaran persaksiannya. Pengumpulan informasi dalam studi kasus menurut Creswell dapat dilakukan dengan melakukan wawancara pada informan, observasi lapangan langsung, serta berbagai dokumen serta laporan yang sudah ada sebelumnya dan bahan materi berbentuk audiovisual.

Teknik sampling yang digunakan dalam penelitian ini adalah teknik purposive sampling dengan kriteria mahasiswa internasional dari beasiswa Kemitraan Negara Berkembang (KNB) dan Airlangga Development Scholarship (ADS) yang sedang mengikuti studi pascasarjana. Lokasi penelitian digunakan oleh peneliti dalam penelitian ini adalah kota Surabaya Universitas Airlangga Kampus B dan kampus C. Partisipan dalam penelitian ini adalah empat orang mahasiswa yang berjenis kelamin laki-laki dan perempuan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mendiskripsikan masalah stres akulturatif dan cara mengatasih masalah stres akulturatif yang dialami oleh mahasiswa internasional dari beasiswa Kemitraan Negara Berkembang (KNB) dan Airlangga Development Scholarship (ADS) yang sedang mengikuti studi pascasarjana di Universitas Airlangga Surabaya.

A. Deskripsi Masalah Akulturatif

Menurut John W. Berry Akulturasi adalah suatu proses perubahan budaya dan psikologis yang terjadi sebagai akibat terjadinya kontak antara dua kelompok atau lebih dan anggota masing-masing kelompok. Di dalam ilmu sosial dipahami bahwa akulturasi merupakan proses pertemuan unsur-unsur kebudayaan yang berbeda yang diikuti dengan percampuran unsur-unsur tersebut namun perbedan di antara unsur-unsur asing dengan yang asli masih tampak. Keempat subjek yang mengalami masalah akulturatif dan mengacu pada penurunan status kesehatan mental, kecemasan dan sedih adalah sebagai berikut :

a. Masalah Bahasa

"Untuk bahasa Indonesia, sebelum saya datang ke Surabaya, saya sudah kursus Bahasa Indonesia selama 2 tahun di negara saya, jadi saya bisa berbicara sedikit, tetapi setelah saya tiba di sini saya merasa saya tidak mengerti apa-apa karena orang-orang di Surabaya berbicara campuran dengan bahasa jawa,,,jadi saya tidak bisa mendengar dengan jelas dan itu membuat saya stres". (P1)

"Kalau bahasa Indonesia pernah saya belajar juga, tetapi begitu datan dengan bahasa tahun 99 ke belakang itu sudah jau bedah, keadan bahasa yang diucapkan oleh teman – teman, saya tidak mengerti dan bukan teman –teman saja tetapi kadan pak dosen menjelaskan materi di dalam kelas kadan membuat saya bingung dan tidak mengerti apa yang di jelaskan oleh pak dosen, dan pikiran saya mungkin karena bahasa ilmiah tercampur dengan bahasa jawa. Dan itu menyebabkan menjadi beban atau membuat saya beban pikiran". (P2)

“Saya merasa sedih... karena saya ada kesulitan dengan bahasa Indonesia, tetapi setelah saya mengikuti kursus di pusat bahasa saya bisa mengerti sedikit-sedikit untuk berkomunikasi dengan teman-teman saya, tetapi untuk mengerjakan tugas saya merasa masih sedikit sulit”.(P4)

Berdasarkan wawancara dari ketiga subjek menunjukkan bahwa bahasa dapat menghambat upaya mahasiswa untuk berinteraksi dengan teman-teman dan penduduk setempat karena bahasa sehari-hari yang digunakan merupakan bahasa Indonesia yang dikombinasikan dengan bahasa Jawa, sehingga terkadang terdapat beberapa istilah keseharian yang tidak dipahami dan hal ini menjadi salah satu penyebab hambatan dalam komunikasi.

Penelitian dari Sinaga dan Sitepu (2016) menunjukkan bahwa kecemasan bahasa adalah stresor yang berinteraksi dengan stres lainnya di kedua domain akademik dan sosial budaya, dalam domain akademik, hambatan bahasa dapat berdampak pada penyelesaian tugas, pemahaman kuliah, ujian lisan dan tulisan, dan kemampuan untuk mengajukan pertanyaan di kelas. Sedangkan di dalam domain sosial budaya, bahasa dapat menghambat upaya mahasiswa untuk berinteraksi dengan teman-teman dan penduduk setempat.

b. Tempat tinggal

“Hmm...kalau tempat tinggal saya pernah ada masalah karena lingkungan tersebut tidak sesuai dengan keinginan saya,lalu ketika hujan kos saya banjir”. (P1)

“Yaa,, tentang kos yang saya tinggal itu kuran baik sih,, karena tidak ada ac dan tidak ada dapur”. Bulan depan saya mau pinda ke kos lain.” (P2)

Berdasarkan “subjek P1 dan P2” mengatakan bahwa mereka pernah ada masalah dengan tempat kos, tetapi akhirnya mereka pinda ke tempat lain. Menurut pemerintah atau dinas perumahan rumah kost adalah sebuah hunian yang dipergunakan oleh sebagian kelompok masyarakat sebagai tempat tinggal sementara atau sebuah hunian yang sengaja didirikan oleh pemilik untuk disewakan kepada beberapa orang dengan system pembayaran per bulan.

c. Makanan

“kalau makanan sampai sekarang saya belum cocok .. saya makan di luar lalu kembali ke rumah saya langsung mencret atau sakit diare.. saya pun masuk rumah sakit 3 kali dalam satu bulan.” (P2)

Berdasara subjek “(P2)” mengatakan bahwa sampai sekarang beliau belum cocok dengan makan disini, karena ketika beliau coba untuk makan makanan di luar, beliau langsung mencret atau mengalami penyakit diare, dan beliau pun masuk rmah sakit tiga kali dalam satu bulan. Makanan adalah salah satu sumber energi untuk tubuh kita, agar tubuh kita dapat melakukan berbagai kegiatan sehari-hari. Tubuh akan menjadi lemas, jika kita kekurangan energi. Jadi makanan sangat penting bagi tubuh kita untuk menambah energi.

d. Pendidikan

“Ada masalah dengan sistem pendidikan karena karena bahasa berbeda dengan bahasa yang saya belajar di Negara saya.” (P3)

“Yeahh ada masalah juga dengan sistem pendidikan,di Negara saya pake bahasa ingris sama bahasa nasional kami, terus di sini pake bahasa Indonesia saat ujian saya sangat sulit, karena saya harus translate baru memahami.”(P4)

Berdasarkan subjek (P3 dan P4) mereka ada masalah dengan sistem pendidikan/ sistem pembelajaran yang berlaku di sini mereka ada kesulitan dengan Bahasa, karena bahasa di lingkungan sekolah di dalam kelas ada sedikit berbeda dengan bahasa yang mereka belajar di Negara asalnya masing-masing. Kontribusi lain yang menyebabkan terjadinya stres akulturasi bagi mahasiswa adalah adanya ketidakcocokan dalam harapan akademis mereka dengan realitas kehidupan di universitas. Mahasiswa berharap untuk dapat

lebih baik berpartisipasi dalam akademis namun kinerja akademis mereka mungkin di bawah ekspektasi mereka karena stres akulturatif dalam belajar bahasa dan beradaptasi dengan pendidikan baru, budaya, dan lingkungan sosial. Adanya ketidakcocokan dalam harapan mengenai kualitas dan efisiensi pelayanan yang disediakan oleh lembaga penelitian, kesulitan dalam menyesuaikan diri dengan gaya mengajar dari tuan rumah.

e. Masalah pribadi rindu dengan keluarga dan Negara asalnya

“Perasaan saya adalah ketika saya pertama kali datang ke Surabaya, saya merasa sangat rindu keluarga dan negara asal saya karena saya merasa sendirian. Mungkin ini adalah pertama kalinya saya ke luar negeri, jadi ini agak sulit bagi saya untuk beradaptasi.” (P1

Adapun ditambahkan dari “Subjek P3”

“Pertama kali saya datang ke Surabaya saya merasa senang, ketika mulai kuliah saya sangat rindu dengan keluarga saya.” P3

Kedua subjek itu mereka merindukan keluarga dan anak-anak mereka. Homesick adalah suatu emosi spontan yang bisa dirasakan dampaknya oleh orang dewasa dan anak-anak, sehingga dibutuhkan periode waktu tertentu agar bisa beradaptasi dengan lingkungan baru. Sebuah makalah yang ditulis oleh Chris Thurber dan juga Edward Walton dalam jurnal *American Academy of Pediatrics* menuturkan bahwa rindu kampung halaman (*homesickness*) didefinisikan sebagai penderitaan atau kesengsaraan dan penurunan fungsional yang disebabkan oleh pemisahan dirinya dengan rumah atau objek-objek tertentu. Mereka yang menderita kondisi ini umumnya merasakan beberapa bentuk kecemasan, kesedihan dan kegelisahan, yang paling jelas adalah pikiran obsesif terhadap keasyikan di rumah.

Berdasarkan hasil wawancara dengan empat orang mahasiswa internasional yaitu diperoleh informasi bahwa bahasa menjadi salah satu kendala yang dialami selama berada di Surabaya, ketiga mahasiswa mengatakan bahwa banyaknya perbedaan budaya seperti bahasa, bahasa membuat mereka sulit untuk berkomunikasi atau berinteraksi dengan masyarakat dan teman-teman sekolah di sekitar lingkungan, masalah akademis, sistem yang dipergunakan di Universitas Airlangga termasuk di dalamnya perbedaan bahasa seperti membuat tugas, pemahaman kuliah, ujian lisan dan tulisan, dan kemampuan untuk mengajukan pertanyaan di kelas. Mereka merasakan adanya perbedaan budaya, seperti makanan, cuaca dan tempat tinggal. Masalah pribadi yang mereka alami saat ini adalah rindu dengan keluarga dan anak-anak mereka.

Permasalahan tersebut menunjukkan bahwa mahasiswa internasional di Universitas Airlangga mengalami masalah stres akulturatif. Mereka berusaha mengatasi masalah tersebut tetapi bukan berarti mereka sudah bebas dari permasalahan tersebut. Peneliti yang juga menjadi mahasiswa internasional setiap hari bersama teman-teman berkumpul di pusat bahasa belajar bahasa Indonesia. Peneliti selalu mengobservasi atau melihat teman-teman mahasiswa internasional bahwa memang sampai sekarang mereka masih rindu dengan keluarga mereka. Penelitian ini didukung dari beberapa penelitian sebelumnya yang menghasilkan kesimpulan serupa, yakni perbedaan bahasa dan budaya merupakan kendala utama yang menghambat interaksi sosial antara mahasiswa pendatang dan mahasiswa lokal tuan rumah (Rakhmawati, 2017).

Penelitian lain yang dilakukan oleh Permana & Indrawati, (2014) menunjukkan bahwa orang-orang dari latar belakang budaya yang berbeda yang datang ke budaya baru untuk tinggal jangka pendek atau jangka panjang (misalnya, siswa internasional yang belajar di tempat selain negara asal mereka) dapat mengalami adaptasi dan perubahan yang terkait dengan banyak aspek kehidupan, seperti belajar bahasa baru dan memperoleh norma sosial baru agar sesuai dengan lingkungan baru.

Stres akulturatif adalah suatu respon individu terhadap peristiwa - peristiwa dalam kehidupan yang berasal dari pertemuan antar budaya (Berry, dkk. 2002). Hasil penelitian dari empat subjek ini menunjukkan bahwa mahasiswa internasional yang di Universitas Airlangga Pulau Jawa, sebagian besar partisipan merasakan banyaknya perbedaan budaya seperti bahasa, bahasa membuat mereka sulit untuk berkomunikasi atau berinteraksi

dengan masyarakat dan teman-teman sekolah di sekitar lingkungan karena bahasa sehari-hari yang digunakan merupakan bahasa Indonesia yang dikombinasikan dengan bahasa Jawa, sehingga terkadang terdapat beberapa istilah keseharian yang tidak dipahami dan hal ini menjadi salah satu penyebab hambatan dalam komunikasi, dan tiga diantaranya merasakan system akademis, termasuk di dalamnya perbedaan bahasa seperti membuat tugas, pemahaman kuliah, ujian lisan dan tulisan, dan kemampuan untuk mengajukan pertanyaan di kelas, dan tiga diantaranya mereka juga merasakan adanya perbedaan budaya, seperti makanan, cuaca dan tempat tinggal. Masalah pribadi adalah mereka sangat merindukan keluarga dan anak-anak mereka.

B. Cara Mengatasi masalah atau menyesuaikan diri.

“Saat saya Rindu dengan keluarga saya, saya harus telpon atau Video Call dengan mereka untuk bicara dan juga curhat keadan saya di Surabaya. Kalau tempat tinggal saya cari kos yang lain biar tidak bisa stress” (P1).

“Cara mengatasi masalah makanan saya cobah bicara sama ibu kos dan jelaskan kondisi saya ini ke ibu kos, ahirnya saya bisa masak sendiri dan tidak beli lagi makanan yang sudah matang di luar. Tentang bahasa Indonesia dan system pendidikan saya harus adaptasi saja meskipun berat tapi saya harus terima dan saya selalu konsultasi sama dosen dan teman teman saya” (P2)

“Saat saya merasa stress, saya nonton video-video yang lucu, atau saya bisa jalan jalan setelah itu saya kembali saya tidak stress lagi, kadang saya masih berpikir bahwa itu sangat sulit tapi saya harus berpikir yang positif kembali, sesulit apapun pasti masih ada jalan keluar.kata-kata itu yang selalu memotivasi saya.dan saya siap untuk adaptasi, walaupun berat tetapi jalani saja” (P3)

“Saat saya Rindu dengan anak-anak dan keluarga saya, saya harus telpon atau Video Call dengan mereka untuk bicara sama mereka atau saya merasa sangat rindu saya keluar ajak teman-teman dari asalnya 1 negara ke mall shopping, kalau perbedaan system pendidikan saya merasa memang perlu harus butuh banyak waktu untuk adaptasi belajar supaya bisa. Setidaknya mengimbangilah, tapi lama kelamaan mulai terbiasa sekarang walaupun berat tetapi Ia harus di jalani saja” (P4)

Berdasarkan hasil penelitian, empat subjek berusaha untuk mengatasi stres akulturatif yaitu mereka mengungkapkan bahwa saat mereka rindu dengan keluarga dan anak-anaknya mereka harus telepon atau *video call* dan cara lain mereka ajak teman - teman yang asalnya satu negara mereka pergi ke mall untuk *shopping* untuk menghilangkan rasa stres. Subjek juga pindah tempat tinggal ke tempat kos lain dan memasak untuk memenuhi kebutuhan fisiologis (makan dan minum), berusaha beradaptasi tentang bahasa Indonesia dan sistem pendidikan yang berlaku seperti berusaha memahami ketika dosen mengajar di kelas maupun ketika konsultasi atau bimbingan terkait tugas. Adaptasi pada dasarnya adalah suatu penyesuaian pribadi terhadap lingkungan, penyesuaian dalam hal ini dapat berarti mengubah diri pribadi sesuai dengan keadaan lingkungan atau juga dapat berarti mengubah lingkungan sesuai dengan keinginan pribadi (Arjiansah, 2016).

Cai dan Rodriguez mendefinisikan adaptasi antarbudaya sebagai proses yang terjadi antara orang berbeda budaya untuk menciptakan sebuah pengertian dalam sebuah interaksi komunikasi mereka (Cai dan Rodriguez, 1996: 34) sedangkan menurut Gudykunts dan Kim (2003) menyatakan bahwa motivasi setiap orang untuk beradaptasi berbeda-beda. Kemampuan individu untuk berkomunikasi sesuai dengan norma-norma dan nilai-nilai budaya yang baru tergantung pada proses penyesuaian diri atau adaptasi mereka. Walaupun demikian, setiap orang harus menghadapi tantangan beradaptasi agar dapat bermanfaat bagi lingkungan barunya. Lebih lanjut Gudykunts dan Kim (2003) menegaskan bahwa setiap individu harus menjalani proses adaptasi di kala bertemu ataupun berinteraksi dengan lingkungan dan budaya yang berbeda dengannya.

Mahasiswa dalam mengatasi stres yang dialami menggunakan berbagai strategi, namun setiap individu memiliki cara yang berbeda-beda dalam mengatasinya tergantung individu tersebut, tidak sedikit mahasiswa yang salah strategi dalam menghadapi masalah. Coping stress di definisikan oleh Lazarus sebagai suatu proses dimana individu berusaha untuk menguasai dan menangani situasi stres yang menekan akibat suatu masalah

yang sedang dihadapi dengan cara melakukan perubahan kognitif maupun perilaku guna memperoleh rasa aman (Setipu & Nasution, 2016).

KESIMPULAN

Stres akulturatif adalah suatu respons individu terhadap peristiwa - peristiwa dalam kehidupan yang berasal dari pertemuan antar). Hasil penelitian dari empat subjek ini menunjukkan bahwa mahasiswa internasional yang di Universitas Airlangga Pulau Jawa, sebagian besar partisipan merasakan banyaknya perbedaan budaya seperti bahasa, bahasa membuat mereka sulit untuk berkomunikasi atau berinteraksi dengan masyarakat dan teman-teman sekolah di sekitar lingkungan karena bahasa sehari-hari yang digunakan merupakan bahasa Indonesia yang dikombinasikan dengan bahasa Jawa, sehingga terkadang terdapat beberapa istilah keseharian yang tidak dipahami dan hal ini menjadi salah satu penyebab hambatan dalam komunikasi, dan tiga diantaranya merasakan sistem akademis, termasuk di dalamnya perbedaan bahasa seperti membuat tugas, pemahaman kuliah, ujian lisan dan tulisan, dan kemampuan untuk mengajukan pertanyaan di kelas, dan tiga diantaranya mereka juga merasakan adanya perbedaan budaya, seperti makanan, cuaca dan tempat tinggal. Masalah pribadi adalah mereka sangat merindukan keluarga dan anak-anak mereka.

Solusi untuk mengatasi stres akulturatif yaitu mereka mengungkapkan bahwa saat mereka merindukan keluarga dan anak-anaknya mereka harus telepon atau *video call*. Cara lain mereka pulang ke Negara asalnya terus kembali lagi, agar mereka bisa menghilangkan rasa stres. Partisipan juga mencari kos yang ada dapurnya sehingga mereka memasak berdasarkan kebutuhan fisiologis (makan dan minum). Mereka berusaha beradaptasi terhadap bahasa Indonesia dan sistem pendidikan yang berlaku.

DAFTAR PUSTAKA

- Arjiansah, F.A. (2016) Dinamika komunikasi warga negara asing dan warga negara lokal di Puspa Agro. *Undergraduate thesis*. UIN Sunan Ampel Surabaya.
- Berry, J.W., Kim, U., Minde, T., & Mok, D. (1987). Comparative studies of acculturative stress. *International Migration Review*, 21(3), 491-511.
- Berry, J.W., Berry, J.W., Poortinga, Y.H., Segall, M.H., & Dasen, P.R. (1992). *Cross-Cultural Psychology : Research and application*. United State of America: Cambridge University Press.
- Berry, J.W., Berry, J.W., Poortinga, Y.H., Segall, M.H., & Dasen, P.R. (2002). *Cross-cultural psychology: Research and application*. Second edition. Britania Raya: Cambridge University Press.
- Cai, D. A., & Rodriguez, J. I. (1996). Adjusting to cultural differences: The intercultural adaptation model. *Paper of Speech Communication Association Convention*, 2(6).
- Creswell. (1988). *Qualitative inquiry: Choosing among five tradition*. USA: SAGE.
- Fathonah, U. (2017). Akulturasi psikologis mahasiswa asing di Indonesia (studi fenomenologi mahasiswa Thailand di IAIN Tulungagung). *Skripsi*. IAIN Tulungagung.
- Gudykunst, W. B., & Kim, Y. Y. (2003). *Communicating with strangers*. New York: McGraw - Hill.
- Lazarus, R.S., & Folkman, S. (1984). *Stress, appraisal, and coping*. New York: Springer
- Rakhmawati M.P. (2017). Efektivitas terapi tawa untuk menurunkan stres akulturatif pada mahasiswa Thailand di Yogyakarta. *Skripsi*. Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta.
- Santrock, J.W. (2002). *Life span development* (Perkembangan Masa Hidup, Jilid 2, Penerjemah: Chusairi dan Damanik). Jakarta: Erlangga.
- Setipu, J. M., & Nasution, M. (2016). Pengaruh konsep diri terhadap coping stress pada mahasiswa FAI UMSU. *Jurnal Universitas Muhammadiyah Sumatra Utara*, 3(4), 68-83.
- Sinaga, C.S. Br., & Sitepu, N.F. (2016). Gambaran stres akulturasi mahasiswa Papua yang menjalani perkuliahan di universitas Sumatera Utara. *LWSA Conference Series Talenta Conference Series*, 1(2018), 270-274.